

APD-AGENTURMELDUNG

Nachrichtenagentur APD
97/2018

Zur sofortigen Veröffentlichung

Themen: Ernährung/Gesundheit/Vegan/Vegetarisch/Medizin/Kongress



Prof. Dr. Joan Sabaté beim Vortrag
© Foto: Holger Teubert/APD

Medizinischer Fachkongress zur pflanzenbasierten Ernährung in Berlin

Berlin, 22.04.2018/APD Vom 20. bis 22. April fand in Berlin im Henry-Ford-Bau der Freien Universität der fünfte „VegMed-Kongress“ statt. „Pflanzenbasierte Ernährung als Medizin – Paradigmenwechsel im Gesundheitswesen“ lautete das diesjährige Motto. Die wissenschaftliche Evaluierung pflanzenbetonter Ernährung und die Förderung ihres Einsatzes als therapeutische Maßnahme waren die Hauptanliegen des Kongresses. Ergebnisse aus Grundlagenforschung, klinischen Studien sowie Forschungen zu Lebensführung und Prävention bildeten die Schwerpunkte der 50 Referenten aus sieben Ländern und vier Kontinenten. Die Teilnehmerzahl betrug fast 1.200. Beim ersten Kongress 2012 waren es noch 250.

Forscher, Ärzte und Ökotrophologen

Unter den Referenten waren weltweit führende Forscher, wie Claus Leitzmann, Hans Diehl, Hana Kahleová und Joan Sabaté, aber auch renommierte Ärzte und Ökotrophologen, welche die praktische Anwendung pflanzenbetonter Ernährung als Therapieform global etablieren, etwa Neal Barnard und Brenda Davis.

Professor Dr. Claus Leitzmann, Institut für Ernährungswissenschaft der Universität Gießen, sprach über die Deckung des Proteinbedarfs mit pflanzlicher Ernährung. Er stellte fest: Die Proteinzufuhr aus pflanzlichen Lebensmitteln bringe gegenüber tierischen Nahrungsmitteln eine geringere Aufnahme einer Reihe von weniger wünschenswerten Begleitstoffen mit sich, wie gesättigte Fettsäuren, Cholesterin und Purine.

Dr. Hana Kahleová informierte über die Kalibrierung der „inneren Uhr“ mit pflanzlicher Ernährung. Sie untersucht schwerpunktmäßig Diabetes Typ 2. Nach Forschungsarbeiten an der Loma Linda Universität der Siebenten-Tags-Adventisten in Kalifornien/USA ist sie jetzt Direktorin der Klinischen Forschung im Ärztekomitee für nachhaltige Medizin (Clinical Research at Physicians Committee for Responsible Medicine) in Washington D. C. Sie empfiehlt zur Synchronisierung der inneren Uhr pro Tag nur zwei bis drei Mahlzeiten zu essen. Dabei sollte die größte Mahlzeit das Frühstück und die leichteste das Abendessen sein.

Professor Dr. Hans Diehl, Gründer des Lifestyle Medicine Institute an der kalifornischen Loma Linda Universität, stellte die provozierende Frage: „Messer und Gabel – Massenvernichtungswaffen oder Instrumente für Gesundheit und Heilung?“ In den letzten 40 Jahren habe sich die Ernährungsweise in der westlichen Gesellschaft sehr stark verändert. Ein hoher Verbrauch an Fetten und Zucker sei feststellbar und pflanzliches Eiweiß werde weitgehend durch tierisches ersetzt. Die Folge wäre eine drastische Zunahme von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes, Fettleibigkeit und bestimmten Krebserkrankungen. Der Mensch entscheide selbst, ob sein Gebrauch von Messer und Gabel zu lebensstilbedingten chronischen Krankheitsepidemien führe oder der Gesunderhaltung diene. Gesundheit hänge aber weitgehend davon ab, wie Menschen Verantwortung für sich selbst übernehmen.

Professor Dr. Joan Sabaté, Direktor des Zentrums für Nutrition, Healthy Lifestyle and Disease Prevention (Ernährung, gesunde Lebensweise und Prävention) der adventistischen Loma Linda Universität, befasste sich mit den gesundheitlichen Vorteilen des regelmäßigen Nusskonsums. Er verwies auf verschiedene Studien nach denen der Verzehr von Nüssen den Cholesterinspiegel senken würde, ebenso das Risiko einer koronaren Herzkrankheit, für Diabetes und einige Krebserkrankungen. So seien Nüsse „natürliche Kapseln“, die leicht in jede Ernährung übernommen werden könnten, um die Gesundheit zu fördern.

Dr. Neal Barnard, Professor für Medizin an der George Washington University in Washington DC. und Präsident des Ärztekomitees für nachhaltige Medizin (Physicians Committee for Responsible Medicine), hielt die beiden Referate „Alles Käse?“ und „Wann und wie kommt pflanzliche Ernährung in unsere Krankenhäuser?“. Beim Genuss von Käse gelte es zu bedenken, dass darin Milchproteine konzentriert seien, die zu einer Reihe von Erkrankungen beizutragen scheinen. Im zweiten Vortrag plädierte er dafür, dass ein gut geplantes Ernährungsprogramm Teil jeder medizinischen Grundversorgung sein und in den Pflegeplan eines jeden Patienten aufgenommen werden sollte.

Brenda Davis ist Leitende Ernährungsberaterin des Forschungsprojekts Diabetes Wellness der Canvasback Missions, in Majuro auf den Marshall Inseln. Sie ging der Frage nach, ob pflanzenbasierte Ernährung eine Lösung für Diabetes sein könne.

Workshops

Beim Kongress gab es auch wieder eine Reihe von Workshops. Dr. Dr. Gerd Ludescher, Ärztlicher Leiter des Gesundheitszentrums „PrimaVita“ am Krankenhaus „Waldfriede“,

eine Einrichtung der Freikirche der Siebenten-Tags-Adventisten in Berlin-Zehlendorf, befasste sich mit der Problematik „Möglichkeit und Grenzen einer veganen Kost als Therapie bei krankheitsbedingter Mangelernährung“. Laut Ludescher werde eine vegane Ernährung allgemein als defizitäre Ernährungsform angesehen und gelte daher als gesundheitlich bedenklich. Dieses Etikett einer Mangelernährung werde die vegane Kost erst verlieren, wenn der Nachweis erbracht werde, dass mit veganer Kost Mangelernährung therapiert werden könne. Solange dies nicht der Fall sei, gebe es keine medizinische Empfehlung für vegane Kost bei Unterernährung. An einem Fallbeispiel erläuterte die Assistenzärztin am Krankenhaus „Waldfriede“, Anne Herholz, vor welchen Herausforderungen eine Klinik bei einem untergewichtigen Patienten mit chronisch entzündlicher Dickdarmerkrankung stehe, der ausschließlich vegan leben möchte. Die Ernährungsberaterin in „Waldfriede“, Amelie Kahl, wies darauf hin, dass ein untergewichtiger Patient, der krankheitsbedingt nicht viel essen könne, eine hochkalorische Zusatznahrung benötige. Doch keine auf dem deutschen Markt erhältliche Trink- oder Sondernahrung wäre vollständig vegan. Es gebe in ihnen Zutaten für Makronährstoffe, etwa Milcheiweiß und Fischöle. Dasselbe gelte für parenterale Nährlösungen. René Rößger, Küchenleiter des Krankenhauses „Waldfriede“, versuchte solch eine trinkbare Zusatznahrung in zwei Geschmacksrichtungen herzustellen. Nach dem Workshop konnten die Teilnehmer einen Vegan-Blueberry-Power- und Vegan-Citrus-Power-Drink verkosten.

Weitere Workshops gab es unter anderem zu den Themen „Vorteile und Risiken der pflanzlichen Ernährung während Schwangerschaft, Stillzeit und im Kindesalter“, „Nahrung für die Seele“, „Essbare Kräuter und ihre gesundheitlichen Vorteile“ sowie „Pflanzenbasierte Ernährung und Gesundheit aus wirtschaftlichen Gesichtspunkten“.

Publikumstag

Der letzte Tag des Kongresses, Sonntag, den 22. April, war als Publikumstag wieder für die Öffentlichkeit bestimmt, damit Besucher sich über Nutzen und Risiken einer vegetarischen oder veganen Ernährung informieren konnten. Hierbei ging es um sehr praktische Themen, etwa „Fleischlos essen, aber wie?“ „Bock auf Brokkoli? Jugendliche für pflanzenbasierte Ernährung begeistern“ oder Von jetzt an vegan - so mache ich es richtig“.

Ausstellung und Teilnehmer

Zum Kongress gehörte eine Ausstellung. Informiert wurde an Ständen über Reformhausartikel, vegetarische Brotaufstriche und Nahrungsergänzungsmittel. Präsent waren auch der Vegetarierbund „proveg international“ und die „Ärzte gegen Tierversuche“. Die Catering-Station des Berliner Immanuel Krankenhauses bot vegetarische Snacks zum Kennenlernen an.

Laut Veranstalter waren unter den fast 1.200 Teilnehmern nicht nur Ärzte, Ökotrophologen, Wissenschaftler und Personen aus anderen Gesundheitsberufen, sondern auch etwa 350 Studierende der Medizin und Ernährungswissenschaften.

Diese Agenturmeldung ist auch im Internet abrufbar unter: www.apd.info

IMPRESSUM:

Nachrichtenagentur APD

Zentralredaktion Deutschland, Postfach 4260, 73745 Ostfildern

Tel: +49 711 44819-14

E-Mail: info@apd.info

Web: www.apd.info

Facebook: /AdventistischerPressedienstDeutschland

Twitter: @apd_info

Radio: www.hopechannel.de/radio/mediathek/serie/ml/apd-schau

© Nachrichtenagentur APD Ostfildern (Deutschland) und Basel (Schweiz)

Kostenlose Text-Nutzung nur unter der Bedingung der eindeutigen Quellenangabe und klaren Zuordnung zur Quelle „**APD**“ gestattet.

Das © Copyright an den Agenturtexten verbleibt auch nach ihrer Veröffentlichung bei der Nachrichtenagentur APD.

APD ® ist die rechtlich geschützte Abkürzung des Adventistischen Pressedienstes